

- जागा : ४८
- पदाचे नाव तपशील:
- १ जनरल मैनेजर
- २ असिस्टेंट जनरल मैनेजर
- ३ डेप्यूटी मैनेजर
- ४ असिस्टेंट मैनेजर
- ५ चीफ इकानामिस्ट
- ६ सिनियर प्रोजेक्ट फायनान्स ऑफिसर
- ७ ग्रोजेक्ट फायनान्स ऑफिसर
- ८ प्रोटोकॉल ऑफिसर
- ९ एन्सिक्सन डेवलपर

- शैक्षणिक पात्रता:
- पद क्र.१: (i) कोणत्याही शाखेतील पदवी (ii) ICWAI/ICAI/CFA/MBA (Finance) (iii) १५ वर्षे अनुभव
- पद क्र.२: (i) कोणत्याही शाखेतील पदवी (ii) ICWAI/ICAI/CFA/MBA (Finance) (iii) १० वर्षे अनुभव
- पद क्र.३: (i) कोणत्याही शाखेतील पदवी (ii) ICWAI/ICAI/CFA/MBA (Finance) (iii) ०२ वर्षे अनुभव
- पद क्र.४: ६०% युगांसह कोणत्याही शाखेतील पदवी SC/ST/PWD: ५५% युग
- पद क्र.५: (i) आधिक अर्थसात्र किंवा अर्थमिति या विषयातील विशेषज्ञानासह अर्थसात्र पदव्युत्तर पदवी.

राष्ट्रीय गृहनिर्माण बँक

भंडारा ऑर्डनेन्स फॅक्टरी

- जागा : १५८
- पदाचे नाव तपशील:
- १ कार्यकाळ आधारित DBW (डॅंजर विल्डिंग बर्कर) १५८
- शैक्षणिक पात्रता: AOCP ट्रेड (NCTV) चे मारी प्रशिक्षणार्थी ज्यांना ऑर्डनेन्स फॅक्टरी संस्थेकडून असलेल्या सरकारी/खाजगी संस्थेकडून AOCP ट्रेडाचे आणि सरकारी ITI मधून AOCP असलेले उमेदवार विचारात घेतले जातील.
- वायाची अट: १५ जुलै २०२४ रोजी, SC/ST: ०४ वर्षे सूट, OBC: ०२ वर्षे सूट
- नोकरी ठिकाण: भंडारा

- एक्स-ट्रेड अप्रेंटिस. किंवा NCTV (आता NCVT) द्वारे जारी केलेले NAC/NTC प्रमाणपत्र असलेले उमेदवार आणि सरकारी संलग्न असलेल्या सरकारी/खाजगी संस्थेकडून AOCP ट्रेडाचे आणि सरकारी ITI मधून AOCP असलेले उमेदवार विचारात घेतले जातील.
- वायाची अट: १५ जुलै २०२४ रोजी, SC/ST: ०४ वर्षे सूट, OBC: ०२ वर्षे सूट
- नोकरी ठिकाण: भंडारा

- Total: ५६
- पदाचे नाव तपशील:
- ज्युनियर मैनेजर माझिंग
- इलेक्ट्रिकल

- कंपनी सेकेटरी
- फायनान्स
- HR

- शैक्षणिक पात्रता: माझिंग/इलेक्ट्रिकल

- डिपोलोमा + ०५ वर्षे अनुभव किंवा माझिंग/इलेक्ट्रिकल इंजिनिअरिंग पदवी+०२ वर्षे अनुभव किंवा पदवीपर्स+०५ वर्षे अनुभव/CA किंवा PG पदवी/डिपोलोमा(Finance/HR) PG MBA

- (Finance/HR) + ०२ वर्षे अनुभव
- वायाची अट: ०१ जुलै २०२४ रोजी १८ ते ४० वर्षे SC/ST: ०५ वर्षे सूट, OBC: ०३ वर्षे सूट

- नोकरी ठिकाण: कोलकाता आणि ऑफिसर
- Fee: General/OBC/EWS: ५००/- SC/ST/PWD: १७५/-

- Online अर्ज करण्याची शेवटची तारीख: २१ जुलै २०२४
- वेबसाईट https://www.hindustancopper.com/

भातावर एक चमचा तूप घालून खाणे योग्य की अयोग्य?

मध्यमेही रुग्णांसाठी ठरेल का धोक्याची घंटा? लक्षात घ्या तज्जांचा सळळा

आपल्यातील अनेक जणाना भात खाल्याचिंवाचा जेवल्यासाठेवर वातावरी. पण, भातामुळे मधुमेह वाढेल या भीतीने जगभातातील मधुमेही रुग्णांना त्वांच्या नियमित आहारात भाताचा एक मार्ग नियमित आहे. आणि पूर्वीच्या आयुध निर्माणी मंडळाच्या आयुध कारखान्यांमध्ये प्रशिक्षण घेतलेले AOCP ट्रेडचे

हायटेक्सचे पक्के मंद करन, रक्तातील साखेतील कीमी करते. तर भातात तूप मिसळल्याने त्वाचा लालायसेपिक इंडेक्स कीमी होऊ शकतो; ज्यामुळे तो उंचाचा सोत ठरू शकतो.

तूप हा चरबीमध्ये विरघळणाऱ्या

हायटेक्सचे पक्के मंद करन, रक्तातील साखेतील कीमी कराया होते, असे बंजारा हिल्स, हैदराबाद अंतर्गत केंटर हॉस्पिटलच्या किलनिकल डायटीशियन सुमारा यांनी सांगितले आहे.

तूप हा चरबीमध्ये विरघळणाऱ्या ए, डी, ई व के या जीवनसत्त्वांनी समूद्र आहे; जे भाताबोराबर खालील्या इतर पदार्थांमध्ये पोषक घटकांचे शोषण वाढवू शकते. तुपमध्ये Butyrate, एक शॉट-चैन फैटी सिडटर्डील आहे; जे आतक्कांच्या आरोग्यासाठी कायदेशीर असते. निरोगी आतडे तुमचे चवापचय आरोग्य सुधारू शकते; ज्यामुळे असते. निरोगी आतडे तुमचे चवापचय आरोग्य सुधारू शकते; ज्यामुळे अप्रत्यक्षपणे

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाले आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाल्या आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाले आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाले आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाले आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा हृदयाच्या आरोग्याची संबंधित समस्यांना बळी पडतात, असे स्टीडिंग त्रिनिंदेल म्हणाले आहेत.

तर, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायामासाठी तूप हा पर्याय नाही हे लक्षात घेणे आवश्यक आहे. मधुमेहाचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आणि तुच्याचा आहारात तूप समाविष्ट करण्याबाबत आहारतज्ज्ञ सळळा च्या, असे आहारतज्ज्ञ स्वीडल म्हणाल्या आहेत.

करावे का?

किलनिकल डायटीशियन सुमारा झूण्याची की, हे सर्वांसाठी योग्य असू शकत नाही; विशेषत: ज्याना अनिवार्यत मधुमेह आहे. तुपात चर्बाचे प्रमाण जास्त असते; ज्यामुळे लोक

